VIVIR [+] DOMINICAL

EDICIÓN #034 | 01 DE SEPTIEMBRE DE 2013



salud

El ABC de los alimentos modificados genéticamente

actualidad

Español contra tecnología... ¿sobrevivirá nuestra lengua?

SUPLEMENTOS NUTRICIONALES

Lo que conviene saber

La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

¡ARMA TU CLÓSET Y GANA!

ELLAS CELEBRA SUS 30 AÑOS Y TE REGALA B/.10,000 EN MERCANCÍA DE FELIX.

#ELLASSONellas



CÓMO PARTICIPAR:

1. **BUSCA** los cupones que se publicarán por 4 viernes consecutivos a partir del 23 de agosto en la revista Ellas.

2. **COLECCIONA** las 5 piezas de vestir que se publicarán todos los días, a partir del 23 de agosto, en la sección Vivir+ de La Prensa.

3. **ARMA** tus cupones y depósitalos individualmente en los centros autorizados.

SON 2 GANADORES DE B/.5,000

¡Entre más cupones llenes, más oportunidades tendrás de ganar!

30 años ellas SIENDO TUYA Felix

av864909

Depósitalos en los centros autorizados:













Promoción válida del 23 de agosto al 24 de septiembre (Día límite para entrega de cupones).
No podrán participar los colaboradores de Corporación La Prensa, S.A. ni de Editorial Por La Democracia, S.A. Serán dos ganadores. El premio no es transferible ni puede ser canjeado en efectivo. Al momento de realizar la tómbola, no se tomarán en consideración cupones en sobres, pegados en cartulina o con figuritas. Válido 1 premio por persona. Aprobado por la JCJ Resolución No.817 del 19 de agosto de 2013, modificada mediante Resolución No.819 del 20 de agosto de 2013.

Este Mes DUPLICA TU Décimo

HASTA 50% DESCUENTO









Av. 864288







International Quality Products

"Calidad con Excelencia"

www.iqppanama.com

 IQPPanamá  @IQPpty

- 100% USA
- No.1 EN SERVICIO
- TECNOLOGÍA DE PUNTA
- GARANTÍA HASTA 10 AÑOS
- ENTREGA INMEDIATA

EL DORADO	SAN FRANCISCO	DAVID
236-1804	226-7171	777-9165

Promoción válida del 9 de agosto al 15 de septiembre de 2013 en mercancía seleccionada



El drama policial, rodado en Europa y estelarizado por Donald Sutherland, Marc Lavoine, William Fichtner, Tom Wlaschiha y Genevieve O'Reilly, se transmitirá por AXN en Latinoamérica.

'CROSSING LINES' | pág. 29

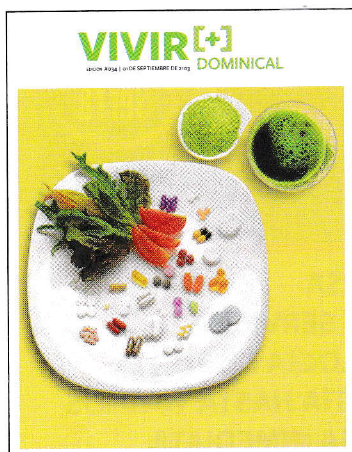
La Prensa
EL DIARIO LIBRE DE PANAMÁ

Presidente LUIS NAVARRO LINARES
Directora LOURDES DE OBALDÍA
Director Asociado ROLANDO RODRÍGUEZ B.
Subdirector y editor ejecutivo FERNÁN MOLINOS

Editor
TAMARA DEL MORAL
Redactores
TAMARA DEL MORAL
ANAXIMENA ESQUIVEL OLMOS
MELISSA PINEL
Editor General Gráfico
RICARDO J. BERMÚDEZ
Diseño Editorial
VANESSA CROOKS
PAOLA YING

Fotografía
LA PRENSA Y SERVICIOS INTERNACIONALES
Colaboradores
ANA ALFARO
OLGA DE OBALDÍA
GERARDO GANDSAS
MYRIAM FERNÁNDEZ ORTEGA
DANIEL GONZÁLEZ
LOWIS RODRÍGUEZ
Corrección
DEPARTAMENTO DE CORRECCIÓN
Producción
COLOR Y FOTOMECÁNICA, ROTATIVA E INSERCIÓN

Gerente General JUAN CARLOS PLANELLS
Gerente de Mercadeo SUDY SALENCE
Gerente de Publicidad ISMARI PIMENTEL
Departamento Comercial
Teléfonos para ventas: (507) 323-7283 / (507) 323-7284
Correo electrónico: ventas@prensa.com



en la portada
FOTOGRAFÍA *Fotolia*
CONCEPTO *Vanessa Crooks*

¡Haz tu cita!
CENTRO DE ATENCIÓN AL PACIENTE
323-8000
www.corromaduro.com
citas@corromaduro.com



Campaña de Prevención de Salud Dental 2013

Promoción válida del 1 al 30 de septiembre de 2013.
No aplica con otras promociones ni descuentos.

Durante la Campaña de Prevención de Salud Dental de las Clínicas Corró Maduro, te brindamos las mejores promociones para dar belleza y salud a tus dientes.

Plan Familiar

- Lleva dos limpiezas para adulto a precio regular y recibe la limpieza de tu hijo Gratis (hasta 14 años de edad).

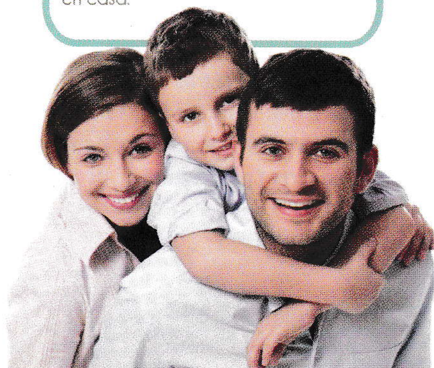
ppd

- Compra un Plan de Protección Dental (PPD) de dos limpiezas anuales y lleva el segundo con 25% de descuento.
- PPD + Blanqueamiento: Por la compra del PPD, recibe 30% en el tratamiento de blanqueamiento en casa.

25% de descuento en limpieza dental.
de descuento en tratamiento de blanqueamiento clínico.

20% de descuento en resinas.
de descuento en tratamiento de blanqueamiento en casa.

15% de descuento en el tratamiento de coronas.



CORRO MADURO
CLÍNICAS DENTALES

Salud de boca en boca.

Royal Center, Marbella • El Dorado • Bella Vista • 12 de Octubre • Villa Lucre

Av. 865305



Quizás muchos de ustedes, estimados lectores, llegaron a tomar las vitaminas de **Los Picapiedras** cuando eran pequeños, o tabletas de vitamina C con sabor a naranja, y la Emulsión de Scott, sí, ese brebaje blanco a base de aceite de hígado de bacalao.

A lo largo de la vida, tenemos requerimientos nutricionales que van cambiando según la edad, sexo, condición de salud y estilo de vida. Los suplementos y complementos nutricionales son una opción cuando no se obtienen todos los nutrientes necesarios de los alimentos, pero conviene que sea un médico o especialista en nutrición quien recomiende el producto más apropiado para cada uno.

En esta edición sobre salud, abordamos este tema, así como el de las grasas trans, los alimentos modificados genéticamente, y compartimos algunas *apps* para ejercitarse. Ana Alfaro en su columna **Lingua** se refiere a los entornos obesogénicos.

Adicionalmente, les ofrecemos un artículo sobre el impacto de los neologismos tecnológicos en el español, los paseos turísticos en Segway, y nuestras secciones de televisión y mascotas. Esperamos que sea de su agrado la revista de hoy. Que tengan un estupendo domingo.

Saludos,

[+]



EDITORA
Tamara Del Moral
tdelmoral@prensa.com

SUPLEMENTOS NUTRICIONALES

lo que conviene saber

Según la edad, sexo, estilo de vida y condición de salud, los requerimientos diarios de vitaminas y minerales varían. Los suplementos, tomados en exceso o en combinación con ciertos fármacos, pueden ser contraproducentes.

Tamara Del Moral • tdelmoral@prensa.com

Las vitaminas y minerales son esenciales para el metabolismo celular, el crecimiento y el funcionamiento del organismo.

Los micronutrientes, entre ellos el yodo, la vitamina A y el hierro, ayudan al cuerpo a producir enzimas, hormonas y otras sustancias necesarias para el crecimiento y el desarrollo. Estos se requieren en pocas cantidades, pero si hacen falta, las consecuencias son severas, indica la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Idealmente, estos nutrientes se deben obtener a través de los alimentos, siguiendo una dieta balanceada. Cuando la dieta no aporta los nutrientes necesarios o si la persona no los absorbe bien, debido a una condición médica, puede tener alguna deficiencia que conlleve problemas de salud, entre ellos, ceguera nocturna (por deficiencia de vitamina A), anemia perniciosa (por deficiencia de vitamina B12), raquitismo y osteoporosis (por deficiencia de calcio y vitamina D), o anemia (deficiencia de hierro). Según la OMS, los desórdenes nutricionales son particularmente serios en los niños, porque afectan su crecimiento y desarrollo, y los predispone a infecciones y enfermedades crónicas.

sigue [+]



Los suplementos y complementos no son medicinas para tratar o curar enfermedades. Lo ideal es obtener los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del cuerpo, a partir de los alimentos. FOTOLIA

[+]

SUPLEMENTOS Y COMPLEMENTOS

De acuerdo con la Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (FDA), los suplementos alimenticios incluyen vitaminas, minerales y otras sustancias menos conocidas, como hierbas, productos botánicos, aminoácidos, enzimas y extractos animales, que se venden en forma de tabletas, cápsulas y comprimidos. Algunos pueden ayudar a garantizar un consumo adecuado de nutrientes esenciales; otros, a reducir el riesgo de contraer enfermedades. Sin embargo, indica la FDA, a diferencia de los medicamentos, "el objetivo de los suplementos no es el de tratar, diagnosticar, prevenir ni curar enfermedades", y estos no deberían reemplazar la variedad de alimentos que son importantes en una dieta saludable. Por lo tanto, los suplementos no deben hacer afirmaciones como "reduce el dolor de la artritis" ni "sirve para el tratamiento de las enfermedades cardíacas", que corresponden solo a los medicamentos.

La nutricionista-dietista Patricia E. Grimaldo, especialista en diabetes y obesidad, añade que los suplementos nutricionales "adicionan a la dieta una serie de nutrientes para mejorar la alimentación del individuo", mientras que un "complemento" se utiliza para completar una dieta que, por algún motivo, se encuentra deficiente en uno o varios de ellos. Muchas veces es difícil saber cuál es el que está insuficiente, señala, lo que dificulta encontrar un complemento que cubra una carencia específica, porque usualmente estos productos contienen varios componentes, como es el caso de los multivitamínicos.

SEGÚN LA FDA, LOS SUPLEMENTOS ALIMENTICIOS INCLUYEN: VITAMINAS, MINERALES, HIERBAS, AMINOÁCIDOS, ENZIMAS Y EXTRACTOS ANIMALES.

¿QUIÉN DEBE TOMARLOS?

Las cantidades diarias recomendadas de vitaminas y minerales que deben consumir las personas varían dependiendo de su edad, sexo, condición de salud y estilo de vida (si es vegetariano o un atleta de alto rendimiento, por ejemplo).

Actualmente, la oferta de suplemen-



FOTOLIA

EN LAS MUJERES EMBARAZADAS, EL ÁCIDO FÓLICO ES INDISPENSABLE PARA PREVENIR DEFECTOS DEL TUBO NEURAL.

tos y complementos alimenticios es amplísima. En supermercados y farmacias hay anaqueles repletos de ellos, de muchas marcas y precios, que son de libre venta. Se recomienda que sea un médico o especialista en nutrición quien oriente a las personas sobre qué tipo de producto les conviene tomar, en caso de ser necesario.

"Cuando una persona sana logra una alimentación balanceada y completa, tanto en macronutrientes como en micronutrientes, el cuerpo recibe todo lo necesario para lograr un buen funcionamiento", explica Grimaldo.

"Sin embargo", añade, "existen situaciones fisiológicas en las cuales la demanda de ciertos nutrientes se eleva y es necesario que sean suplementados en la dieta, si no se puede lograr el requerimiento diario por medio de la alimentación, como en el caso del calcio, del cual, entre los 19 y 50 años se requiere 1000 mg/día, y después de los 50 años el requerimiento diario aumenta a 1200 mg/d, según el Dietary Reference Intake (DRI) del Institute of Medicine", indica la nutricionista.

En el caso de las mujeres embarazadas, el ácido fólico, que pertenece al grupo de las vitaminas B, es indispensable para prevenir defectos del tubo neural en el feto (como espina bífida).

sigue [+]

Nutrientes

FUENTES ALIMENTICIAS

La dieta debe ser variada para suplir los requerimientos diarios de nutrientes, y debe incluir frutas, verduras, productos lácteos y enriquecidos, legumbres y granos integrales.



VITAMINA C. Brócoli, pimiento rojo, col de Bruselas, repollo, coliflor, tomate, etc.



VITAMINA E. Almendras, avellanas, semillas y aceite de girasol, aguacate, etc.





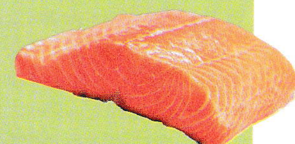
BETACAROTENO. Zanahorias y su jugo, espinacas, camote, calabaza amarilla.



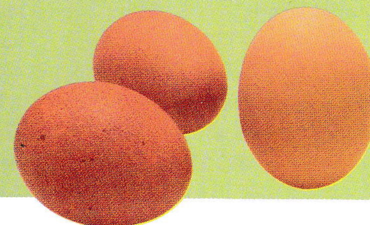
FOLATO. Espárragos, naranja, lentejas, garbanzos, frijoles, cereales fortificados.



VITAMINA B6. Papas, legumbres, guineos, carne de de pollo, etc.



VITAMINA B12. Salmón, trucha, carne de res, huevos, lácteos, mariscos, etc.



[+]

Por eso se recomienda a las mujeres en edad fértil y a las embarazadas consumir 400 µg/día y 600 µg/día, respectivamente, a partir de alimentos fortificados, por suplementación o ambas.

Los adultos mayores también pueden tener un mayor requerimiento de vitaminas y minerales, por ejemplo, si están inapetentes o si tienen dificultad para absorber algunos nutrientes.

"En algunos adultos puede ser de beneficio utilizar ciertos suplementos que aporten carbohidratos, proteínas y grasas de forma balanceada, y adicional a esto, vitaminas y minerales, en especial si se presenta una pérdida de peso", agrega Grimaldo.

Por otro lado, quienes tienen una dieta vegetariana, podrían requerir un suplemento de vitamina B12.

Y quienes se someten a una cirugía bariátrica deben tomar un "multivitamínico bariátrico", formulado especialmente para ellos, menciona el cirujano Moisés Chitrit. El galeno explica que estos pacientes pueden tener deficiencia de las vitaminas A,D,E y K, que normalmente se absorben en el duodeno, porque después de la operación, los



Variedad. *Una dieta completa, que incluya vegetales y frutas, proporciona los nutrientes esenciales para el organismo.* MCT DIRECT

Nombres de las vitaminas

- **Vitamina A: Retinol, retinaldehído, ácido retinoico.** Necesaria para la vista, el crecimiento, sistema inmune y mantenimiento celular. Antioxidante.
- **Vitamina B1: Tiamina.** Esencial para el funcionamiento del corazón, los músculos y el sistema nervioso.
- **Vitamina B2: Riboflavina.** Trabaja con otras vitaminas del complejo B. Importante para el crecimiento y la producción de glóbulos rojos.
- **Vitamina B3: Niacina.** Importante para el funcionamiento del aparato digestivo, la piel y los nervios.
- **Vitamina B6: Piridoxina, piridoxal, piridoxamina.** Necesaria para el funcionamiento de azúcares, las grasas y las proteínas en el cuerpo.
- **Vitamina B7: Biotina.** Importante para las enzimas en el cuerpo.
- **Vitamina B12: Cobalamina.** Para el funcionamiento y desarrollo del cerebro, nervios, y células sanguíneas.
- **Vitamina C: Ácido ascórbico.** Se le atribuyen muchos beneficios. Importante para el sistema inmune.
- **Vitamina D: Calciferol.** Ayuda a absorber el calcio, importante para el sistema nervioso, muscular e inmune.
- **Vitamina E: Tocoferol, tocotrienol.** Es antioxidante.
- **Vitamina K1: Filoquinona.** Ayuda a coagular la sangre y construir huesos y tejidos sanos.



Requerimientos especiales. *Adultos mayores, niños, mujeres embarazadas, enfermos, convalecientes y con cirugía bariátrica, tienen una demanda especial de vitaminas y minerales.* FOTOLIA

alimentos ya no pasan por esa zona del intestino. Adicionalmente, pueden presentar deficiencia de vitamina B12, que hasta hace unos años se debía inyectar, pero ahora se ofrece en una pastilla sublingual semanal.

Riesgos

Muchos suplementos contienen ingredientes que producen efectos biológicos y, dependiendo de la condición del consumidor, podrían ser peligrosos para su salud. De acuerdo con la FDA, incluso, pueden producir efectos indeseados antes, durante y después de una cirugía, por lo que se debe informar al médico si está tomando alguno.

LOS SUPLEMENTOS DEBEN TENER UN REGISTRO EMITIDO POR LAS AUTORIDADES DE SALUD.

Además, combinar varios de ellos o con medicamentos (recetados o de venta libre), reemplazar medicinas recetadas por suplementos, y excederse en la cantidad de algunos suplementos, como la vitamina A, vitamina D y hierro, podrían traer consecuencias nocivas para su salud e, incluso, amenazar su vida.

Ya sea que compre suplementos o complementos nutricionales en una tienda, supermercado, farmacia, o por internet, es importante verificar que tengan su debido registro sanitario. El ingeniero Humberto Bermúdez, de la Autoridad Panameña de Seguridad de Alimentos, explica que, en caso de que una agencia como la FDA emita una alerta sanitaria sobre un producto, se deshabilita su registro sanitario y no se permite su entrada al país.



Mercado. *La oferta de suplementos nutricionales, dietéticos y para deportistas es amplia. Un médico lo puede orientar según sus necesidades.* FOTOLIA

GRASAS: LAS CURVAS SON MEJORES QUE LAS RECTAS

Según la Organización Mundial de la Salud, el consumo de grasas 'trans' en productos industriales está asociado a un mayor riesgo de enfermedades no transmisibles, incluidas enfermedades cardiovasculares como las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y la diabetes.

***Myriam Fernández Ortega** • vivirdominical@prensa.com

Otros datos

• Palabras clave que indican que un producto contiene grasas trans:
- Manteca vegetal
- Aceite hidrogenado o aceite parcialmente hidrogenado.

•Contenido de grasas trans en una cucharada (14g):
Margarina en barra: 2.8 g
Margarina untable: 2.7 g
Margarina suave 0.6 g
Mantequilla: 0.3 g
Margarina líquida: 0 g
Aceite vegetal o de oliva: 0 g.

LOS ÁCIDOS GRASOS 'TRANS' SE DIFERENCIAN EN SU ESTRUCTURA QUÍMICA DE LAS GRASAS INSATURADAS.

DOS AMIGAS HABLAN SOBRE LOS ALIMENTOS:
Berta, siempre al día en las novedades, le comenta a Sylvia que Panamá debería adoptar la moda de alimentarse bien.
"Pero comer bien es caro!", responde Sylvia.
"¿Caro? Y acaso enfermarse por no hacerlo es barato?", contesta Berta, y le explica a su amiga que en muchos países está de moda la "guerra a la grasa *trans*".
"¿Qué es eso?, ¿de dónde sale esa grasa trans?", pregunta Sylvia.

HIDROGENACIÓN
Cuando una persona consume ciertos productos, como galletas, margarina, papas fritas y otros *snacks*, ingiere grasa *trans*. Hay que recordar que existen grasas buenas y otras que pueden ser peligrosas. La grasa *trans* es como la "melliza" de la que llaman "grasa buena", que es la grasa insaturada. Se le parece tanto, que por mucho tiempo se pensó que era lo máximo.
Las industrias de alimentos transforman algunos aceites vegetales –que son líquidos porque contienen grasa insaturada– y los convierten en mantecas, que son más sólidas porque están más saturadas. Eso se logra en un proceso llamado "hidrogenación", en el cual agregan hidrógeno a alta temperatura al aceite. El hidrógeno se une a sus ácidos grasos y los hace más pesados. Así, el aceite que era líquido, se vuelve sólido. De esta manera se fabrica la margarina y los *shortening* o manteca vegetal.
¿Y cuál es la ventaja? Pues, que esta nueva grasa resiste mejor las temperaturas altas, da mejor textura a los alimentos, que duran más y no se ponen rancios tan rápidamente.

¿DÓNDE ESTÁ EL PROBLEMA?
Es un problema de forma. En el aceite, los ácidos grasos insaturados tienen una forma curva que los químicos llaman "cis"; cuando se hidrogenan, algunos se vuelven más pesados y cambian de forma porque se enderezan, a esos se les llama *trans*. El producto es sólido con ácidos grasos muy parecidos, pero no idénticos a los del aceite, algo así como los mellizos.
¿Y qué daño hace esa "grasa enderezada" o *trans*? El mismo daño que la grasa saturada, porque aumenta el colesterol en las arterias y pone en riesgo al corazón.
Muchos productos importados indican en sus etiquetas si contienen este tipo de grasas, porque la ley de sus países obliga a las compañías a hacerlo.
Como diría Berta, "hay que leer bien las etiquetas para hacerle la guerra a las grasas *trans*".

**La autora es Dra. en Nutrición, con maestría en Bioquímica, y profesora de la Facultad de Medicina de la Universidad de Panamá.*

GRASAS TRANS **EN ALIMENTOS**

LAS GRASAS TRANS SE ENCUENTRAN EN FORMA NATURAL EN LOS RUMIANTES, QUE LAS GENERAN A PARTIR DE CIERTAS BACTERIAS EN SUS ESTÓMAGOS Y LAS CONCENTRAN EN PEQUEÑAS CANTIDADES EN LOS CORTES GRASOS DE SU CARNE Y EN ALIMENTOS DERIVADOS, COMO LOS LÁCTEOS. TAMBIÉN PUEDEN PRODUCIRSE DE MANERA ARTIFICIAL.

Origen de los isómeros trans

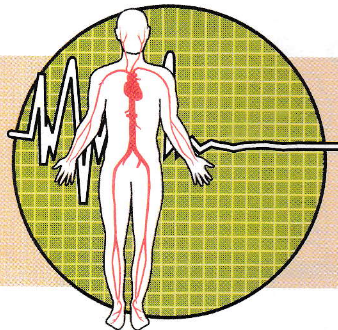
Biológico o natural Leche entera/derivados, carne y grasa de rumiantes. Constituyen menos de un 5% de la ingesta humana de grasas trans.

Tecnológico Hidrogenación de aceites vegetales, Desodorización de aceites, Tratamientos térmicos (fritura) - 90% de ingesta humana de trans. La hidrogenación consiste en añadir átomos de hidrógeno a la estructura química de las grasas vegetales. A nivel industrial, así se obtienen aceites baratos para freír, se hace más atractivo el sabor de los alimentos, se convierten aceites líquidos en pastas untables (textura más práctica) y se prolonga la vida de los alimentos.

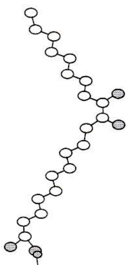
BAJO EN GRASAS TRANS → ALTO

Aceite vegetal	Margarina semi-líquida	Margarina suave	Margarina en barra	Manteca

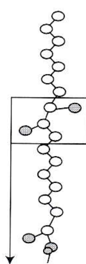
Las grasas trans disminuyen el colesterol 'bueno' (HDL) y elevan el 'malo' (LDL), aumentando el riesgo de aterosclerosis, obesidad, enfermedades cardiovasculares y cerebrales (derrames).



Ácidos sin grasas trans



ácido con grasas trans



Efectos en la salud

A medida que los aceites vegetales se calientan más veces y a altas temperaturas, se oxidan, cambian su estructura química natural o 'cis' por una trans.

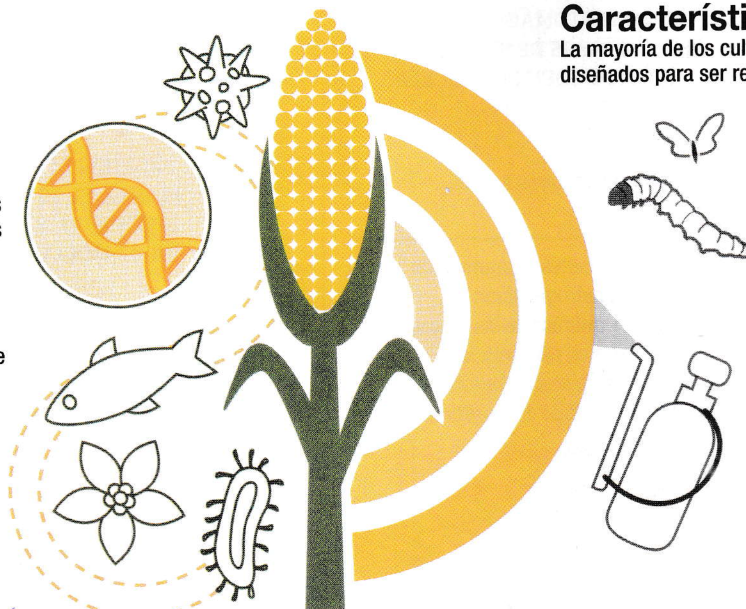
Infografía: Adaptación / La Prensa (Graphic News

EL **ABC** DE LOS **OGM**

Los organismos genéticamente modificados (OGM) -animales o vegetales- también conocidos como transgénicos, son aquellos a los que se les cam
Desde hace varias décadas se cultivan alimentos transgénicos para consumo humano, lo que en muchos países ha llevado a crear normas y ha desa

Qué es la ingeniería genética

Es la manipulación del material genético de plantas o animales para modificar ciertas características. Pueden alterarse genes propios del organismo o introducirles genes de otra especie, como una bacteria.



Características que se cambian

La mayoría de los cultivos transgénicos en el mercado son diseñados para ser resistentes a los herbicidas, insectos o ambos.

RESISTENCIA A PESTES

Un gen del microbio 'Bacillus thuringiensis' (Bt) es insertado en el algodón, maíz y otros cultivos, que inducen a la planta a producir un insecticida que mata pestes de orugas. El Bt en 'spray' es usado en la agricultura orgánica.

RESISTENCIA A HERBICIDAS

Maíz, algodón, soya, canola y otros cultivos han sido alterados con genes de bacterias para ser inmunes al herbicida glyfosfato, comercializado como Roundup. Cuando los agricultores fumigan con Roundup, matan la maleza, pero los cultivos sobreviven.

Dónde están los ingredientes alterados con ingeniería genética

La mayoría de los productos procesados en Estados Unidos contienen ingredientes transgénicos, entre ellos: el sirope de maíz de alta fructosa, proteína de soya, almidón de maíz, harina de soya, lecitina, azúcar de remolacha, aceite de canola, y aceite de semillas de algodón. Los productos etiquetados como "orgánicos" no deben contener deliberadamente ninguno de estos ingredientes.



Mazorca
La mayoría del maíz modificado es destinado a la alimentación animal y comidas procesadas. La compañía Monsanto introdujo en 2012 una variedad de maíz dulce transgénico.

Bebidas/sodas
La mayoría contiene sirope de maíz de alta fructosa.

❶ Cereales
Pueden contener maíz, soya y endulzantes modificados genéticamente.

❷ Aceite de canola
El 85% de la canola en EU es modificada para resistir herbicidas.

❸ Papaya hawaiiana
La mayoría es diseñada para resistir un virus que diezmó los cultivos en la década de 1990.

❹ Queso
Gran parte del queso producido en EU se hace con enzimas de bacterias o levadura modificadas.

Prevalencia en EU

Porcentaje de cultivos transgénicos

Azúcar de remolacha: 95%

Soya: 94%

Canola: 90%

Maíz: 90%

Ing

La ingen
gen esp
dos forr
AGRO
Pl
C

El ser hu
plantas c
desarroll
Hoy día,
mucho a

Tradicion
dependic
mutacior
más gra
menos t
Actualm
usa la bi
molecula
acelerar
proceso.

Fuente: MCT Direct (Safety of Genetically Engineered Foods: Approaches to Assessing Unintended Health Effects, 2004, National Research Council, Food & Water Watch, "Straight Talk on Genetically Engineered Foods, Center for Sc

bian sus propiedades mediante técnicas de ingeniería genética; estos difieren de aquellos reproducidos de forma convencional.
tado protestas de grupos que cuestionan su seguridad para el ambiente y la salud. Conozca a continuación cómo funciona esta tecnología.

enieria genética contra reproducción convencional

Ingeniería genética: ¿Cómo se alteran las plantas?

iería genética acelera y controla mejor la reproducción de las plantas al alterar o introducir un ecífico. Los nuevos genes pueden ser de la misma especie o de una distinta y se insertan en nas:





MÉTODOS DE TRANSFERENCIA

Agrobacteria

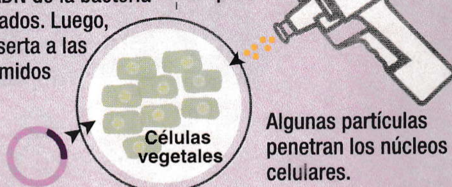
Una bacteria del suelo, la Agrobacterium tumefaciens, infecta los cromosomas de las plantas al inyectarles su propio ADN en forma de un anillo llamado 'plásmido'.

Los científicos aprovechan esa habilidad, extraen los plásmidos y reemplazan el ADN de la bacteria con genes deseados. Luego, la bacteria le inserta a las plantas los plásmidos alterados.

Pistola de genes

Miles de copias del gen deseado se unen con partículas microscópicas de oro.

La presión de aire de una pistola especial dirige estas partículas dentro de las células de la planta, en un plato Petri.



Algunas partículas penetran los núcleos celulares.

Reproducción convencional

mano ha modificado los genes de las esde hace 10 mil años para ar alimentos sabrosos y productivos. os cultivos comerciales no se parecen sus ancestros silvestres.

almente, los agricultores han o de la naturaleza para producir es con cualidades deseables (frutas des, xinas). nte se ología r para el



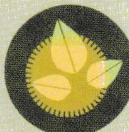
TÉCNICAS MODERNAS



Selección simple
El agricultor escoge las semillas de las mejores plantas para reproducirlas, es el método más antiguo. Hoy día, los análisis moleculares permiten identificar más rápido las cualidades deseadas.

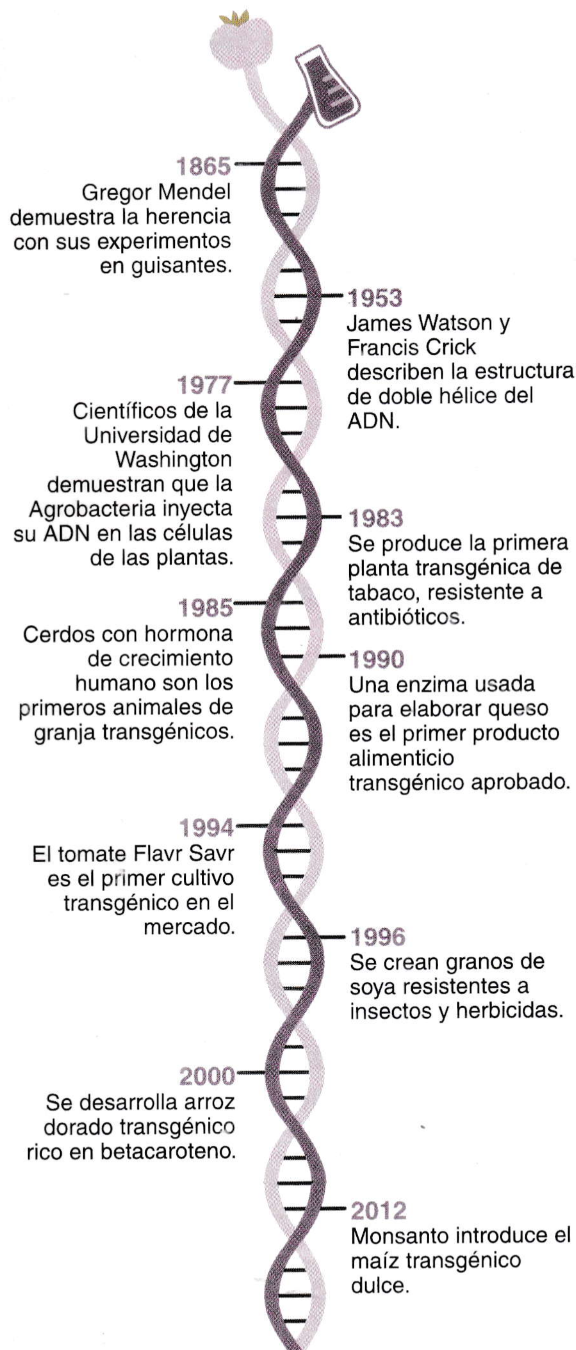


Cruces
Se combinan las cualidades deseadas en una misma especie, y entre especies. Por ejemplo, el colinabo, o nabo de Suecia, es una crucífera cruce entre el repollo y nabo; y el triticale, un cereal cruce entre trigo y centeno.

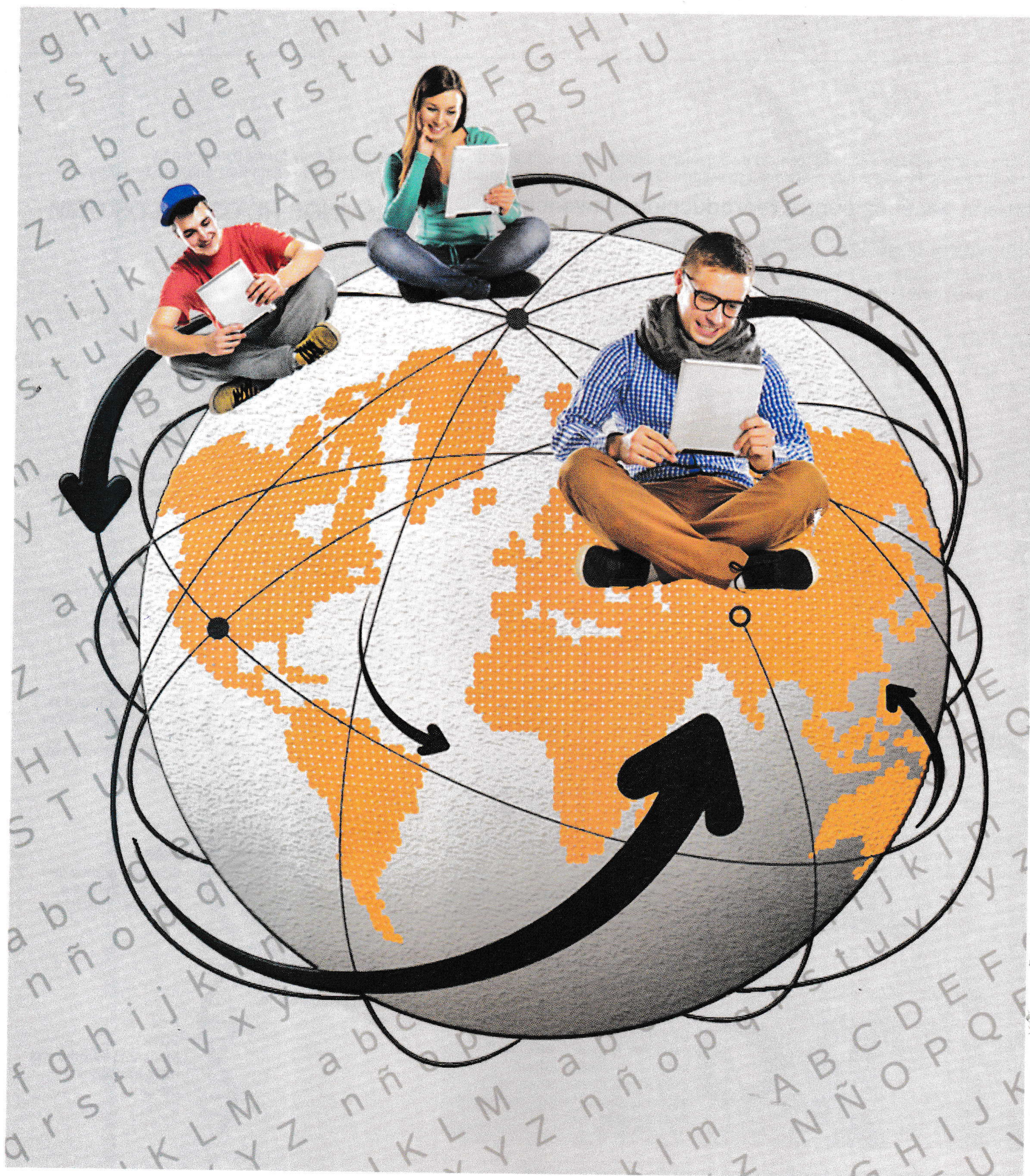


Mutación
Las plantas o semillas se exponen a químicos o radiación para acelerar mutaciones. Miles de cultivos, incluyendo la toronja roja y algunos arroces orgánicos, fueron desarrollados de esta forma.

ALGUNOS HITOS DE LOS OGM



ence in the Public Interest, Nathanael Johnson, Thought for Food blog, Grist magazine, Toby Bradshaw, Univ. Wash.)



Español contra tecnología... ¿sobrevivirá nuestra lengua?

La influencia de neologismos tecnológicos, provenientes mayormente del inglés, inundan nuestro diario hablar y se cuelan por todas partes. ¿Cómo será, sonará y se escribirá el español dentro de 20 años?

Olga de Obaldía • vivirdominical@prensa.com

"Papá, préstame la compu que tengo que hacer una tarea de biología".

-"¿Y de qué va?"

- "Tenemos que hacer un *piccho-nari* de esta lista de palabras que nos dio la *ticher* para que las *gugliáramos*. Ya nos las dividimos entre los tres del grupo".

- "¿Y vienen para acá o te tengo que llevar a la casa de alguien?"

- "¡Uf papá! nada que ver. Nos vamos a juntar en *feisbuk* para chatear, tamos *daunlodeando* las fotos de *guguel-imayes* y armando una página especial en Pinterest, después de que las *pineamos* y las *taguieamos*, vamos a *printear* el trabajo, aunque le vamos a *forguadear* a la *ticher* por *imeil* el *link* de la tarea y estamos armando un *bacop* en *pagüerpoint* para llevarlo en un *flashdraiv* a la escuela. Todo bajo control, papá."

Bienvenidos al aquí y al ahora del idioma coloquial y de uso diario y popular. Y ya sé que la grafía del ejemplo anterior –netamente fonética- da ganas de llorar, sobre todo a los panameños, ya que muchos conocemos bien las palabras en inglés: *pictionary*, *teacher*, Facebook, Google, chat, *download*, *pin*, *images*, *tag*, *print*, *forward*, *email*, *link*, *backup* y Powerpoint. De esta lista solo "chat" ha sido aceptada como neologismo para la futura XXIII edición del **Diccionario de la Real Academia Española**.

Como bien dice Berna de Burrell, directora de la Academia Panameña de la Lengua, "los panameños, por razones históricas, hablan un español bastante adecuado en general, no se ha entronizado aquí el "espanglish". Por ejemplo, si un panameño va a

sigue [+]

[+]

decir un término en inglés lo dice con pronunciación bien cercana a esa lengua, no hispaniza la palabra como ocurre en México, España, etc."

La regla a seguir es que debe usarse la expresión o traducción equivalente si existe en español: Una aproximación al correcto español de esos párrafos iniciales sería:

- "Tenemos que hacer un diccionario gráfico de esta lista de palabras que nos dio la maestra para que las investigáramos en el motor de búsqueda de internet Google. Ya nos las dividimos entre los tres del grupo".

- "¡Uf, papá! nada que ver. Nos vamos a juntar en Facebook para chatear, estamos bajando las fotos del archivo de imágenes de Google y armando una página especial en Pinterest, después de que las subimos y las etiquetamos, vamos a imprimir el trabajo, aunque le vamos a reenviar a la maestra por correo electrónico el hipervínculo de la tarea y estamos armando una copia de seguridad en el programa Powerpoint para llevarlo en una unidad portátil de memoria a la escuela. Todo bajo control, papá."

Invasión inevitable

La influencia de neologismos tecnológicos, provenientes mayormente del inglés, inundan nuestro diario hablar y se cuelan por todas partes.

Es una invasión inevitable, que obedece a la necesidad real de nombrar un nuevo elemento y que generalmente viene bautizado por quien lo inventa. Y la mayor parte de los creadores y generadores de nuevas tecnologías lo hacen en idioma inglés.

Y es que el inglés está logrando el sueño truncado del Esperanto y de la Torre de Babel: se ha convertido en el idioma de internet y de las ciencias, y es la lengua que



EXISTEN PALABRAS QUE HOY SENTIMOS COMO PARTE DEL ESPAÑOL SIN CUESTIONARLAS Y QUE EN SU MOMENTO FUERON TÉRMINOS EXTRANJEROS QUE SE 'COLARON' EN EL DIARIO HABLAR, COMO FERROCARRIL (TREN, RAÍL Y VAGÓN SON TODOS ANGLICISMOS) Y EN EL DEPORTE, PALABRAS COMO FÚTBOL, PENALTI Y TENIS.



más se aprende en el mundo como segundo idioma.

"Que se adopte el inglés es un proceso normal y siempre ha sucedido", explica Darío Villanueva, secretario de la Real Academia Española, en entrevista que concediera a **BBC Mundo**. "Cada vez que se produce una nueva incorporación tecnológica, el nuevo artilugio, instrumento, práctica, viene acompañado por la palabra que lo denomina en el idioma en que fue inventado".

Existen palabras que hoy sentimos como parte del español sin cuestionarlas y que en su momento fueron términos extranjeros que se "colaron" en el diario hablar, como ferrocarril (tren, raíl y vagón son todos anglicismos) y en el deporte palabras como fútbol, penalti y tenis. Y existen cada vez más en este mundo globalizado términos y palabras tecnológicas y científicas que rápidamente se posicionan por igual en todos los idiomas.

"Hablantes de otras lenguas pueden adoptar términos científicos y tecnológicos del inglés y seguir con su propia lengua en todo lo demás que es lo que importa" –acota la profesora Burrel-. "Los términos en inglés científicos o tecnológicos a la postre pertenecerán a todos". Una verdadera democratización de los neologismos.

FUENTE Y CONTEXTO

La velocidad vertiginosa con que avanza la tecnología también es un elemento

sigue [+]

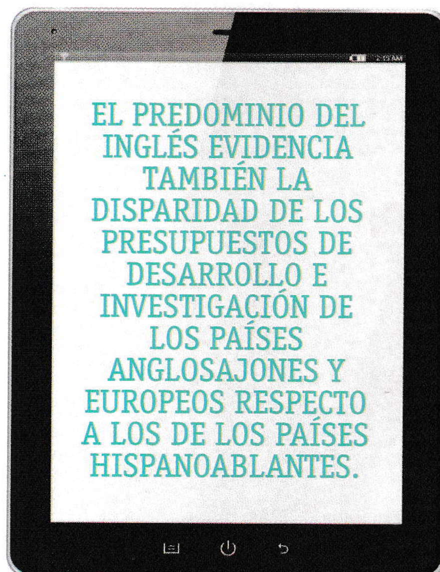
[+]

importante a la hora de aceptar oficialmente un término en el idioma español.

El escritor Juan David Morgan, miembro de la Academia Panameña de la Lengua, comentó el pasado domingo 25 de agosto en un coloquio que brindó la Academia en el marco de la Feria del Libro, que "el peligro es que hay palabras tecnológicas que pasan de moda porque la tecnología anda muy rápido. ¿Qué pasa si empezamos a incorporar todas estas palabras y dentro de unos años ya nadie 'tuitea' por ejemplo? La palabra *beeper* desapareció porque ya nadie usa *beepers*. Diría que, como anda tan rápido la tecnología y el idioma no anda a esa velocidad, debemos hacer hincapié en que se aceptarán las palabras que permanezcan, como 'televisión', por ejemplo".

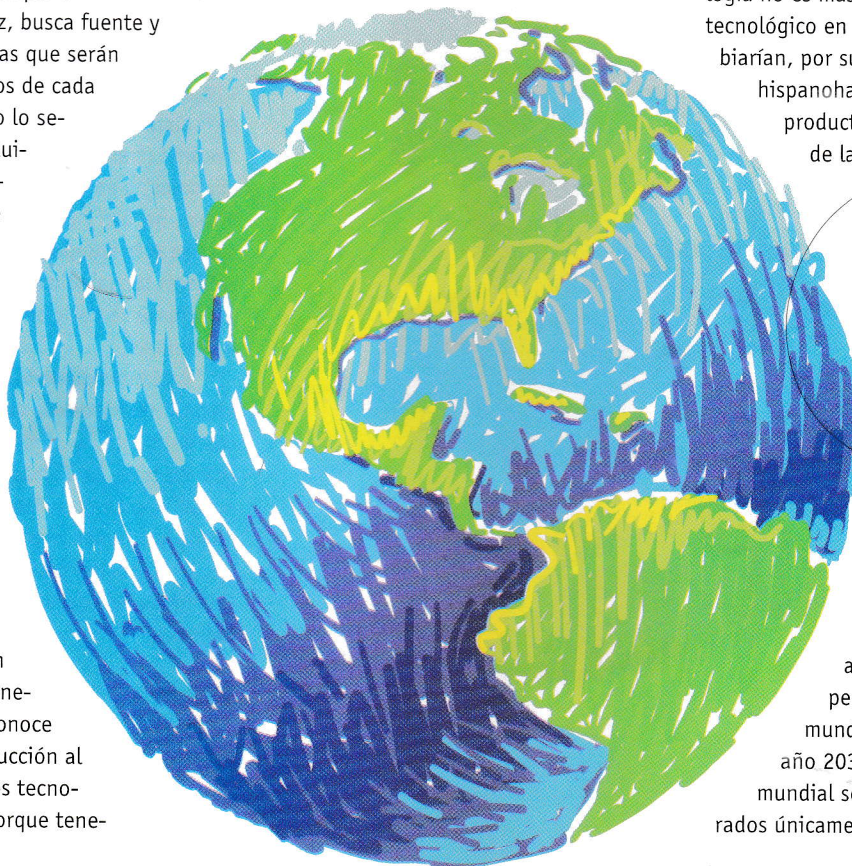
La Academia, a su vez, busca fuente y contexto para las palabras que serán aceptadas en los expertos de cada campo y disciplina, como lo señaló el profesor Rafael Ruiloba, miembro de la Academia Panameña, en ese mismo coloquio.

En este contexto, Julio Escobar, hombre de ciencia y tecnología, egresado del Instituto Tecnológico de Massachussetts (MIT) y exdirector de la Secretaría Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación, nos dice: "Panamá no es muy celoso de su idioma, y esa deficiencia es extrema en tecnología, porque en general nuestra sociedad ni conoce ni se interesa por la traducción al castellano de los términos tecnológicos, especialmente porque tenemos pocos tecnólogos. Por otro lado, se ven términos muy creativos ocasionalmente, cosa que me alegra".



El predominio del inglés evidencia también la disparidad de los presupuestos de desarrollo e investigación de los países anglosajones y europeos con los de los países hispanoablantes.

"Estados Unidos ha sido el líder mundial en invertir en investigación y desarrollo hasta recientemente, por varias décadas, aunque en términos relativos a su PIB, Israel, por ejemplo, invierte más en este momento –acota Julio Escobar–. Esa supremacía en investigación y desarrollo lo convirtió en la fuente principal de tecnología y por tanto, en el actor dominante del mercado tecnológico. El predominio del inglés en tecnología no es más que un reflejo del liderazgo tecnológico en el mercado". Las cosas cambiarían, por supuesto, para el idioma, si los hispanohablantes comenzamos a ser productores y no solo consumidores de la tecnología.



Escobar añade: "Sospecho que el español moderno deberá 'aprender' a ser más conciso para propósitos tecnológicos. Es decir, sospecho que si ingresamos como actores relevantes a la producción tecnológica, eso tendrá un impacto visible en la evolución del castellano".

Si hay cualquier duda de que el español "sobreviva" al inglés y a otras influencias, dispersémoslas: actualmente 495 millones de personas hablan español en el mundo, y se proyecta que en el año 2030, el 7.5% de la población mundial será hispanohablante, superados únicamente por el chino en número



Globalización. *Cada vez más, los términos tecnológicos y científicos se posicionan rápidamente por igual en todos los idiomas.*

FOTOLIA

300: ¡Esta es la Real Academia!

En el filme **300**, el grito de guerra es: ¡Esta es Esparta! Retrata la histórica batalla de las Termópilas, donde 300 guerreros espartanos detuvieron el paso de un ejército invasor de miles. Hoy, la Real Academia Española, con 300 años de vida, detiene los barbarismos que se cuelan en nuestro idioma... o al menos intenta hacerlo.

En 1713, once amigos decidieron redactar un diccionario de la lengua española. Veintiséis años después vio la luz el **Diccionario de Autoridades**, que en 6 volúmenes y 4 mil páginas contenía el 'mapa' de la lengua española.

En 2013 la institución, en conjunto con las academias de cada país hipanoamericano, sigue capitaneando la ruta del idioma y trabaja en la 23ª edición impresa de su diccionario, que aparecerá en 2014, con actualizaciones cada tres años en su versión en línea. El reto para las Academias es lograr los acuerdos para incluir los 'anglicismos crudos', es decir, tal cual se escribe y se pronuncia en el idioma extranjero en algunos casos, o formular equivalencias en español, en otros. La clave es respetar el principio básico de todo idioma: la economía lingüística. Una perífrasis como "consultar el motor de búsqueda de internet Google" no logrará nunca la popularidad del nuevo verbo 'guglear'. Entre las palabras que esperan aceptación para ser incluidas en el diccionario están 'tableta' por *tablet,* 'tuit' por *tweet,* y sus hermana 'tuitear', estas últimas sugeridas como solución de uso diario por la Fundación del Español Urgente (*www.fundeu.es*). La naturaleza lenta que tienen los procesos de aceptación de palabras, vio el nacimiento de Fundeu en 2005 como un acuerdo entre la Agencia de Noticias EFE y el BBVA, asesorada por la Academia, para impulsar el buen uso del español en medios de comunicación. Algunos de estos temas se plantearán en Panamá, en el VI Congreso Internacional de la Lengua Española, del 20 al 23 de octubre, con la participación de todas las Academias y la asistencia del rey Juan Carlos de España.

de hablantes de una lengua nativa. Y curiosamente, internet y las redes sociales tampoco han debilitado el español en números.

El **Anuario 2012 'El español en el mundo'**, publicado por el Instituto Cervantes, reveló que el español es el tercer idioma más utilizado en internet y que en Twitter es el segundo idioma más usado después del inglés. Resulta que a los hispanohablantes nos encanta Twitter, estando México y España entre los países con mayor uso per cápita de esta red. En Panamá no nos quedamos atrás... aunque no sé si para bien, dado el uso que le dan los políticos. En las redes sociales, Facebook tiene 80 millones de usuarios hispanohablantes con sus perfiles en español. La pregunta es cómo sonará y se escribirá ese español dentro de 20 años...

GIRAS EN SEGWAY

UNA NUEVA OFERTA TURÍSTICA

Tamara Del Moral • vivirdominical@prensa.com







Transporte. *El vehículo funciona con batería y su velocidad máxima es de 20 km/h.* IVÁN URIBE | LA PRENSA



LAS GIRAS POR EL CERRO ANCÓN, CASCO ANTIGUO Y ANTIGUA ZONA DEL CANAL ($59) DURAN 90 MINUTOS. LAS DE GAMBOA Y CAMINO DEL OLEODUCTO ($129), 4 HORAS Y MEDIA. INCLUYEN GUÍA, ENTRENAMIENTO Y CASCO.

En el Casco Antiguo, niños, obreros y transeúntes observan con curiosidad a un grupo de operadores turísticos y reporteros que aprenden a utilizar un vehículo unipersonal eléctrico, similar a los que se usan en excursiones para turistas en ciudades como Washington, D.C.

Se trata del Segway PT, un medio de transporte moderno y práctico para conocer los atractivos turísticos e históricos del Casco Antiguo, propuesta que impulsa en el país la empresa Panama Marine Adventures (*www.pmatours.net*). Los participantes recorren la cinta costera, el Mercado del Marisco, la Iglesia de La Merced, Plaza Herrera, la Iglesia de San José, la Plaza Catedral, la Plaza de Francia, el Teatro Nacional, la Plaza Bolívar, la Iglesia San Francisco de Asís y el Palacio Presidencial. También se ofrecen *tours* en Segway para ver la naturaleza en el cerro Ancón, Gamboa y el Camino del Oleoducto.

El Segway PT cuenta con tecnología de autobalance con sensores giroscópicos y un control para programar las funciones de seguridad y velocidad, la cual alcanza un máximo de 20 km/h. Puede ser manejado por adultos y niños de 10 años en adelante (peso mínimo de 45 kg y máximo de 117 kg), ya que la barra del manillar se ajusta a la altura del usuario. Al subir una loma, usa la reserva de su batería y, cuando desciende, se recarga.

Operar un Segway es sencillo, hay que seguir las instrucciones de los guías, usar un casco y estar atento a los peatones, indica Octavio Ríos, mánager de estos *tours*.

La persona sube un pie a la plataforma y luego, el otro. El vehículo avanza si el peso se inclina hacia adelante o se empuja la barra al frente, y retrocede cuando el peso o la barra se inclinan hacia atrás. Si se mantiene quieto, el aparato queda balanceado y no se mueve. Para girar, se inclina la barra hacia la izquierda o derecha y, para bajarse, primero se pone un pie en el suelo y se suelta un brazo y luego, el otro pie. Sin soltar el vehículo, se coloca a su lado y este debe quedar balanceado. Entonces, se apaga y se le baja el pie sostenedor que tiene al frente.

[+] 'Gadgets'



GALAXY TAB 3 DE 10.1"

Protagonista en la reciente Feria Internacional del Libro en Panamá, la nueva *tablet* de Samsung ofrece capacidades de multimedia mejoradas que la convierten en un centro de entretenimiento portátil para la casa. Está equipada con un control remoto inteligente y salida de TV MHL, ideal para jugar y proyectar, en tiempo real, películas en la TV.



LG POCKET PHOTO

Ya está en Panamá la impresora de bolsillo LG PD233, compatible con bluetooth y con tecnología NFC, que no requiere cartuchos de tinta. Ofrece herramientas de edición e imprime fotos de 2x3", invitaciones y tarjetas, hasta con códigos QR. Basta con instalar una aplicación gratuita en teléfonos iOS y Android para enviar a imprimir las imágenes.

APLICACIONES DE SALUD Y EJERCICIO

Anaximena Esquivel Olmos • aesquivel@prensa.com

El riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión, problemas respiratorios e, incluso, ciertos tipos de cáncer aumenta con el sobrepeso y la obesidad. Debemos comer sano, hacer ejercicio regularmente y controlar nuestro peso, pero a veces es difícil porque andamos a mil con el trabajo y otras actividades. Aun así, podemos aprovechar los *smartphones* para usar *apps* que nos ayuden a cuidar la salud y motivarnos a hacer ejercicio.

Endomondo es una de las aplicaciones con mejor *ranking* en su categoría (de pago), es ideal para llevar el control de la actividad física, ya sea caminar, correr o montar bicicleta. Mediante GPS, rastrea el progreso de cualquier actividad practicada al aire libre. Registra la duración, distancia, velocidad, calorías y frecuencia cardíaca. Se pueden subir fotos a Facebook, y es compatible con los sistemas iOS y Android.

Otra similar es adidasmiCoach (gratuita), que se vale de GPS y voz para entrenar, al tiempo que escuchas música.

Nike Training Club (gratuita), compatible con iOS y Android, es como tener un entrenador personal. Incluye entrenamientos para tonificar practicados por Rihanna y Serena Williams. Permite compartir el progreso en Facebook y Twitter.

Para bajar de peso y tonificar el cuerpo, está Belly Fat Burning Yoga (gratuita), que enseña 22 posturas de yoga y ofrece *tips* para su práctica. Y otra más de ejercicios es Daily Ab Workout (gratuita y de pago) para iOs y Android, que enseña videos y rutinas de abdominales.



Un mundo obesogénico

Ana Alfaro • vivirdominical@prensa.com

Hace años, escuché este chiste: Pasaban una madre y su hijo regordete frente a una dulcería cuando el chiquillo antojadizo le imploró a la madre: "¡Mamá, cómprame ese pastel!" "Hijo, es que vas a explotar", le contestó la madre, ya al quicio. "Pues, cómpramelo... ¡Y apártate!"

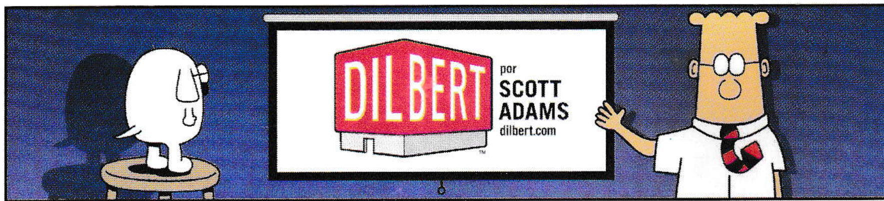
Y es que la obesidad infantil es un tema de salud importantísimo en estos días, que según las teorías prevalentes, es producto de un "entorno obesogénico" (del latín *obesus*, gordo, y *genus*, origen), término que abarca un verdadero coctel de ingredientes. El principal factor de riesgos, al parecer, es la obesidad de ambos padres, que puede ser reflejo del entorno y, por supuesto, de la espada de Damocles que representa nuestra genética. Pueden haber también factores psicológicos. Y no olvidemos el mundo en que vivimos, o sea este planeta obesogénico, al menos en la geografía a la que tenemos la buena fortuna de pertenecer.

Hay dos formas de regular nuestro peso: la actividad física y el consumo de calorías, esas ¡@$%& que atormentan mis sueños. Y en estos días en que la vida, desde una temprana edad, gira en torno a algún tipo de pantalla, sea de televisión, videojuego, computadora o ahora, ¡válgame! de un "teléfono inteligente" (¿podríamos llamar a las calorías no quemadas gracias a horas interminables de "texteo", "chatlorías"?), los niños pasan demasiado tiempo inmóviles. Un estudio realizado entre 4 mil 561 jóvenes de 14, 16, y 18 años halló que aquellos que pasaban cuatro o más horas frente al *boob tube* (nombre que se le daba a la tele, que significa tubo para idiotas) tenían una probabilidad de 21.5% de ser obesos.

Ah, y luego está lo de las ¡@$%& calorías, ya que con el fácil acceso a comida altamente calórica, ya sea en forma de botanas o de *fast food*, se consumen muchos más carbohidratos, azúcares y grasas que proteínas magras, frutas y vegetales frescos. Luego, está un factor poco comentado, pero vivimos a punta de bebidas azucaradas. ¿Es que ya nadie toma agua? Rendimos pleitesía a las bebidas azucaradas. Y luego la presión crea tales traumas, especialmente entre jóvenes que buscan su sitio en un mundo que los encuentra deficientes por llevar unos kilitos de más, que desarrollan serios problemas psicológicos, entre ellos la anorexia (del griego *a* o *an*, ausencia, y *orexe*, apetito) y la bulimia, también del griego (*boulimia*, hambre voraz, a su vez de bous, buey y *limos*, hambre), estos dos flagelos que funcionan en solitario o en tándem.

> ... CADA DÍA INTERACTUAMOS MENOS CON NUESTROS PARES. OJOS EN PANTALLA, FRITANGA EN MANO.

Vivimos en un mundo demográficamente denso, pero cada día interactuamos menos con nuestros pares. Ojos en pantalla, fritanga en mano. Y llega el momento de la verdad, cuando nos percatamos de que tenemos un problema serio, así que el otro día, hasta yo, que vivo en *Lala land*, fui al psiquiatra, y le dije: "Doctor, creo que tengo anorexia, porque me miro en el espejo y me veo gorda". Al menos, existen algunos mecanismos que ayudan. Para mí, el humor casi nunca falla. Moriré, pues, con una sonrisa en la cara, y la mano agarrotada alrededor de un *foie gras*.

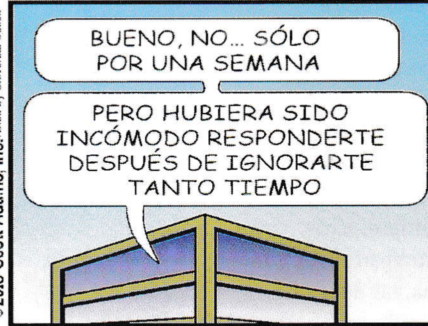






DilbertCartoonist@gmail.com





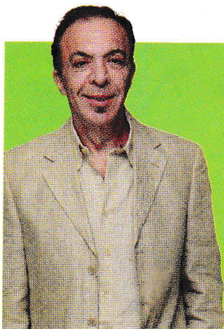








www.dilbert.com 9-1-13



Cómo fotografiar gatos y perros con el celular

Gerardo Gandsas • vivirdominical@prensa.com

Los niños y los animales, debido a su belleza, ternura y espontaneidad, nos movilizan a querer plasmar en una foto infinidad de momentos únicos e irrepetibles. Pero es común que las personas se frustren en el intento, ya que los resultados de las imágenes obtenidas, generalmente, no reflejan lo que vieron sus ojos.

En la actualidad, el auge y calidad de las cámaras de los teléfonos ha hecho que las máquinas de fotos estándar sean utilizadas solo por profesionales o avanzados aficionados.

Fotografiar perros y gatos es complicado con cualquier elemento que utilicemos, pero con la mayoría de los teléfonos el tema se agrava, ya que la lentitud del disparo hace que cuando escuchemos el clic, el animal se aleje de la escena. Hay puntos básicos a tener en cuenta para lograr la imagen que queremos:

- **Esperar la mejor expresión del perro o el gato.** Esto se logra cuando posicionan sus orejas en tensión. Debemos llamar su atención con un juguete que silbe o pluma, en el caso de los gatos; pero sin abusar, si no el animal perderá interés. El elemento sorpresa es fundamental. De tener un ayudante que se ocupe de motivar al animal, todo resultará más sencillo.

- **Para evitar los ojos rojos.** Debe haber luz natural o suficiente iluminación de interiores para que los animales contraigan sus pupilas. De otra forma, las dilatarán para ver mejor en la oscuridad y esto dará paso a que la luz del *flash*, en caso de tenerlo, rebote en el llamado *Tapetum lucidum*, ubicado detrás del ojo, que provocará el efecto de ojos rojizos o verdosos.

- **La imagen siempre debe tomarse a nivel del animal y no demasiado cerca para evitar deformaciones.** Es preferible que luego, con algún programa editor, encuadre el área que le guste para hacerla más presente. Para que la fotografía no se desdibuje con el encuadre, en las preferencias de las cámaras seleccione la resolución más alta.

Existen lentes adaptables a los teléfonos que pueden darle acercamiento, muy útil en el caso de animales, o lentes angulares, que le permitirán una foto con un campo visual más amplio. Cuando evalúe la cámara de un teléfono, no mire solo los megapíxeles, sino también la apertura de diafragma del lente. Esto es fundamental para fotografiar animales, ya que le permitirá una mejor luminosidad y rapidez en la toma.



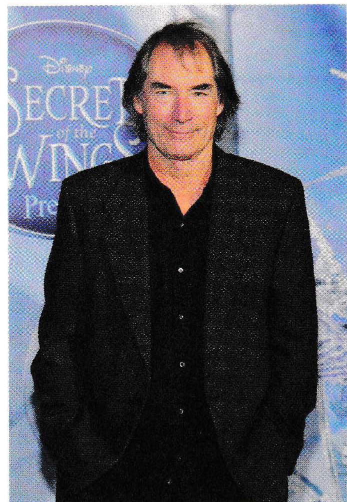


***Mirada.** Tomar la foto con luz natural o suficiente iluminación interior ayuda a evitar ojos rojos o verdes.*

GERARDO GANDSAS | CORTESÍA

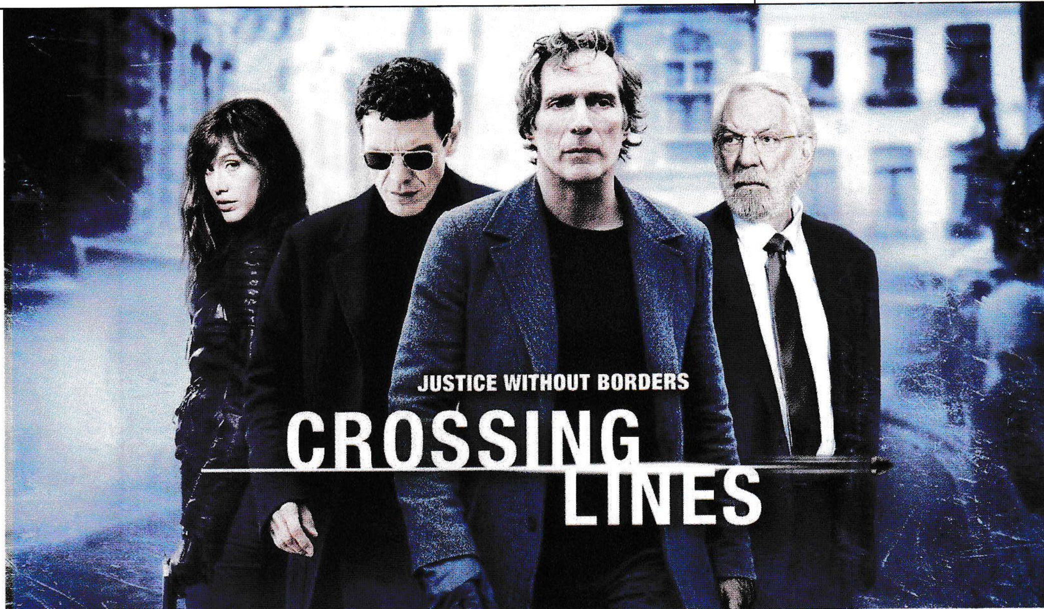


FOTOLIA



TIMOTHY DALTON SE UNE A 'PENNY DREADFUL'

Timothy Dalton (**James Bond: License to Kill**) se unió al elenco de **Penny Dreadful**, la futura serie de horror que comenzará su rodaje en Inglaterra este mes y cuyo escenario es el Londres victoriano. El actor interpretará a Malcolm, un explorador africano. Otros famosos en esta producción son Josh Harnett (**Black Hawk Down**, **Pearl Harbor**) y Eva Green (**Dark Shadows**, **Sin City**, **The Dreamers**). La serie se estrenará por Showtime en 2014 y será dirigida por Juan Bayona (**The Impossible**).



'AXN' ESTRENA NUEVA SERIE

Melissa Pinel Z. • mpinel@prensa.com

El drama de procedimiento policial obtiene un cambio de *look* de la mano de la producción **Crossing Lines**, ofreciendo a los espectadores escenarios globales que son una refrescante variante a los múltiples programas de ese tipo cuyos temas se suscitan en ciudades de Estados Unidos.

En **Crossing Lines**, Carl Hilkman (William Fichtner) es un policía de Nueva York cuya vida se hace pedazos luego de ser herido en el trabajo y caer presa de la adicción a la morfina, quien es reclutado por una corte criminal internacional (entidad que no existe en la vida real) para investigar crímenes que crucen las fronteras internacionales.

El elenco cuenta con renombrados actores como Donald Sutherland (**Pride & Prejudice**, **Ordinary People**) en el rol de un inspector de la corte internacional, y los actores europeos Marc Lavoine, Gabriella Pession y Tom Wlaschiha como parte de la unidad de detectives que apoya a Hilkman en la búsqueda de los criminales que han cruzado fronteras para cometer delitos. Edward Allen Bernero (**Third Watch**, **Criminal Minds**) es el creador de la serie.

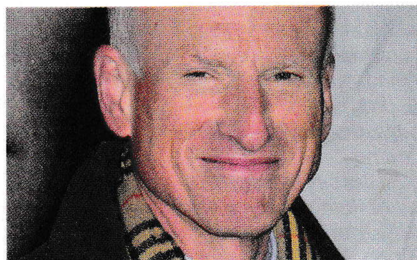
Crossing Lines, de la cual ya se transmitieron en Estados Unidos los 10 capítulos que componen la primera temporada, se estrenará en Latinoamérica en los próximos meses por **AXN**.

CANCELAN SERIE DE FRAN DRESCHER 'HAPPILY DIVORCED'



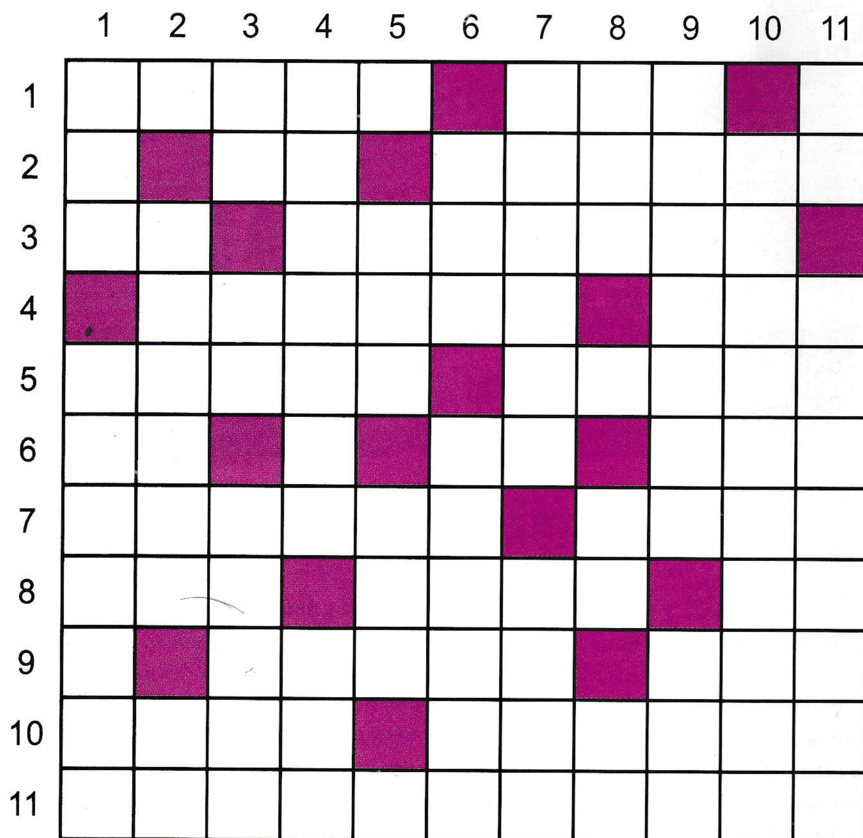
Luego de dos temporadas, la serie **Happily Divorced**, en parte basada en la vida de su protagonista, Fran Drescher (**The Nanny**), fue cancelada debido a bajos *ratings*. La comedia seguía la vida de una mujer que se divorcia después de conocer que su esposo es *gay*.

¡FELIZ CUMPLEAÑOS, JAMES REBHORN!



Con más de 100 producciones, este actor, que hoy cumple 65 años, es mayormente conocido por sus papeles en **The Talented Mr. Ripley**, **Independence Day** y **Carlito's Way**. Actualmente tiene un papel recurrente en el popular drama **Homeland.**

[CRUCIGRAMA]

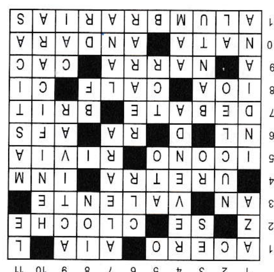


HORIZONTAL

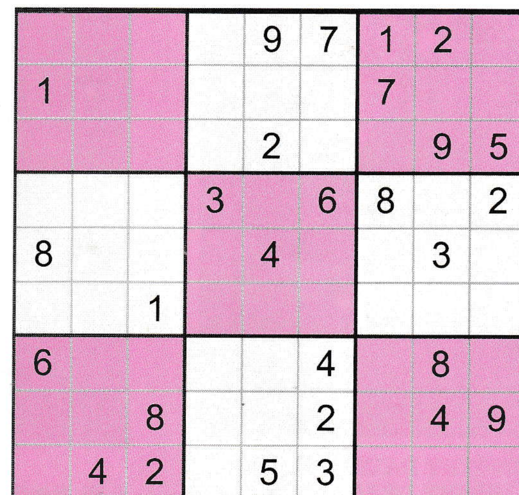
1. Aleación de hierro y carbono. Siglas de Air Intelligence Agency.
2. Símbolo químico del selenio. Embrague de un carro.
3. Prefijo de negación. Emperador romano en el siglo IV.
4. Conducto urinario. Siglas de Instituto Nacional de Miigración.
5. Representación religiosa. Serie de fantasía épica.
6. Iniciales de Norma Lima. Símbolo químico del radio. Siglas de Air Force Station.
7. Discusión de opiniones. Apócope de Britney.
8. Siglas de Institute Of Acoustics. Ternero en inglés. Iniciales de Carlos Iriarte.
9. Relata. Siglas de Cámara Argentina de Comercio.
10. Grasa de la leche. Caminará.
11. Engendrarías, darías a luz.

VERTICAL

1. Sufijo de valor aumentativo. Nativa de las Indias Occidentales.
2. Parte central de algo. Símbolo químico del aluminio.
3. Existe. Letra griega. Lenguas habladas en África.
4. Vuelva a vender lo que ha comprado. Siglas de Anti Aging Medicine.
5. Uno, junto con nudos. Siglas de Total Credit Recovery.
6. Siglas de Common Language Runtime. Volver a arar.
7. Mezclará metales por fundición. Pelo de las ovejas.
8. Átomo que pierde y gana carga eléctrica. Iniciales de Bernando Fuentes. Abreviatura de doctor.
9. Colocar en marcha un mecanismo. Fui a dar al suelo.
10. Segará plantas forrajeras y las secará al sol.
11. Pronombre dativo. Trituras la comida con los dientes.



[SUDOKU]



[SUMANDO]

?	x	?	/	?	=	12
x		+		+		
?	-	?	x	?	=	24
x		x		x		
?	+	?	x	?	=	88
=		=		=		
252		84		112		

[SOLUCIONES]

4	5	3	6	9	7	1	2	8
1	2	9	5	3	8	7	6	4
7	8	6	4	2	1	3	9	5
5	9	4	3	1	6	8	7	2
8	6	7	2	4	5	9	3	1
2	3	1	7	8	9	4	5	6
6	1	5	9	7	4	2	8	3
3	7	8	1	6	2	5	4	9
9	4	2	8	5	3	6	1	7

9	x	8	/	6	=	12
x		+		+		
7	-	4	x	8	=	24
x		x		x		
4	+	7	x	8	=	88
=		=		=		
252		84		112		